

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ СПОРТСМЕНОВ-ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Жуина Д.В.<sup>1</sup>, Майдокина Л.Г.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>ФГБОУ ВПО «Мордовский государственный педагогический институт им. М.Е. Евсевьева», Саранск, e-mail: [akmeozentr@yandex.ru](mailto:akmeozentr@yandex.ru)

Проведен теоретико-методологический анализ отечественной и зарубежной психолого-педагогической литературы по проблеме изучения познавательных и личностных особенностей победителей. Изучена психология спортсменов-победителей, участников международных и европейских турниров, имеющих звание «Заслуженный мастер спорта», «Мастер спорта международного класса». Описаны результаты проведенного на базе НПЦ «Акмеологический центр» при МордГПИ эмпирического исследования по выявлению особенностей психологии спортсменов-победителей, в котором выявлены присущие респондентам личностные качества и свойства: активность, энергичность, коммуникабельность, старательность, добросовестность, сильный характер, настойчивость, ответственность, упорство, стойкость, решительность, настойчивость в достижении цели стремление доминировать, желание выделиться. Сформулированы выводы и обоснована актуальность дальнейшего изучения психологии победителя.

Ключевые слова: психология победителя, психология спорта, спортсмены-победители.

## PSYCHOLOGICAL FEATURES WINNING ATHLETES

Zhuina D.V.<sup>1</sup>, Maydokina L.G.<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Mordovia State Pedagogical Institute M.E. Evseveva, Saransk, e-mail: [akmeozentr@yandex.ru](mailto:akmeozentr@yandex.ru)

Conducted theoretical and methodological analysis of domestic and foreign psychological and pedagogical literature on the study of cognitive and personality characteristics of the winners. Studied psychology winning athletes, participants in international and European tournaments, with the title of "Honoured Master of Sports", "International Master of Sports." The results of conducted on the basis of SPC "Akmeologicheskyy Center" at MordGPI empirical study to identify the features of psychology winning athletes in which respondents identified the inherent personality traits and characteristics: activity, energy, communication, diligence, integrity, strength of character, perseverance, responsibility, perseverance, fortitude, determination, perseverance in achieving the desire to dominate, the desire to stand out. Formulate conclusions and the urgency of further study psychology winner.

Keywords: psychology of the winner, the psychology of sport, athletes winners.

В настоящее время в Российской Федерации существенное значение уделяется вопросам подготовки высококвалифицированных спортсменов в различных видах спорта [2, 3]. Политика государства диктует необходимость проведения всестороннего глубоко исследования условий, факторов, способствующих достижению высоких спортивных результатов [1, 4, 5]. В этой связи особо актуально проведение исследований, посвященных изучению психологических особенностей спортсменов-победителей.

### Цель исследования

Целью исследования является изучение психологии победителя (на примере спортсменов-участников международных и европейских турниров, имеющих звание «Заслуженный мастер спорта», «Мастер спорта международного класса»).

### Материал и методы исследования

В процессе исследования психологии спортсменов-победителей использовались следующие методы: авторская анкета «Психология победителя»; опросник «Мини-мульти»

(сокращенный вариант миннесотского многомерного личностного теста ММРІ); тест Кеттелла 16 PF (форма А). Кроме того, проводилось интервьюирование в свободной форме, проводился графологический анализ автографа спортсменов-победителей [6, 7].

#### **Результаты исследования и их обсуждение**

На базе научно-практического центра «Акмеологический центр», являющегося инновационной структурой Мордовского базового центра педагогического образования при МордГПИ было проведено эмпирическое исследование психологии победителя. В исследовании приняли участие 15 победителей и призеров Международных и Европейских турниров по легкой атлетике и единоборствам, которые имеют спортивные звания «Заслуженный мастер спорта», «Мастер спорта международного класса» и стаж спортивной деятельности от 14 до 25 лет.

Результаты анкетирования позволили сформулировать следующие выводы. Большинство респондентов начали свою спортивную карьеру с занятий в спортивной секции (15 чел. – 100 %). В ответах значительной части испытуемых (12 чел. – 80 %) отмечается влияние тренера на становление их спортивной карьеры. 3 человека (20 %) утверждают, что на карьерное продвижение оказали влияние их близкие люди (семья, друзья и пр.).

На вопрос анкеты «Знаете ли Вы, что такое психологическая подготовка спортсмена?» большинство респондентов ответили положительно (13 чел. – 86,6 %). Все испытуемые отмечают важность психологической подготовки в системе учебно-тренировочных занятий. При этом, значительная часть респондентов на вопрос «Оцените в баллах от 1 до 10 значение психологической подготовки спортсмена высокой квалификации» поставила максимальные оценки: 2 чел. (13,3%) – 8 баллов; 2 чел. – 9 (13,3%) баллов; 11 чел. (73,4%) – 10 баллов).

В анкете испытуемым предлагалось раскрыть содержание психологической подготовки спортсмена в системе спортивной тренировки, что вызвало некоторые затруднения. По их мнению, психологическая подготовка спортсмена сводится к настрою (мотивация) на победу, самоконтролю и проявлению волевых качеств.

Была предложена серия вопросов, касающихся описания личностных характеристик победителя. Среди наиболее распространенных ответов респондентов можно выделить следующие: «упорство, настойчивость», «целеустремленность», «трудолюбие», «терпение», «сила духа», «психическая устойчивость». Кроме того, испытуемые предложили психологическую характеристику победителя, среди которых наиболее часто встречались: «трудолюбие», «смелость, способность идти до конца, никогда не сдаваться», «победа любой ценой», «способность пожертвовать всем для достижения поставленной цели», «жажда победы», «терпение», «вера в себя», «постоянная работа над собой», «вера в успех».

Для оценки свойств личности спортсменов-победителей был предложен опросник Мини-мульти (сокращенный вариант миннесотского многомерного личностного перечня ММР1). В ходе анализа данных по опроснику получены следующие результаты, представленные в таблице 1.

Таблица 1

Свойства личности спортсмена-победителя по опроснику Мини-мульти

Базисные шкалы	Легкоатлеты, %	Единоборцы, %
Ипохондрия (Hs)	0	0
Депрессия (D)	2 (20%)	1 (20%)
Истерия (Hy)	0	0
Психопатия (Pd)	0	0
Паранойальность (Pa)	0	0
Психастения (Pt)	0	0
Шизоидность (Se)	0	0
Гипотония (Ma)	8 (80%)	4 (80%)

Согласно таблице 1, среди спортсменов-легкоатлетов в основном доминирует такое свойство личности, как гипотония (8 чел. – 80 %), проявляющееся в характерно приподнятом настроении независимо от обстоятельств, характеризующееся активностью, деятельностью, энергичностью и жизнерадостностью. Такие личности любят работу с частыми переменами, охотно контактируют с людьми.

К свойствам личности, встречающимся у спортсменов-легкоатлетов крайне редко, можно отнести депрессию (2 чел. – 20%), присущую старательным, добросовестным, высокоморальным и обязательным людям, но не способным принять решение самостоятельно, нет уверенности в себе, при малейших неудачах они впадают в отчаяние.

Аналогичные результаты были получены на выборке спортсменов-единоборцев. Им также присуща гипотония (4 чел. – 80%). А к свойствам личности, встречающимся редко, можно отнести депрессию (1 чел. – 20%).

Возможно, полученные результаты объясняются большими физическими и эмоциональными нагрузками, которые испытывают спортсмены во время тренировок. Данные состояния, как правило, приводят к снижению настроения, утрате способности переживать радость, потере интереса к привычной деятельности, и как следствие – к депрессии.

С целью изучения личностных черт, свойств, отражающих относительно устойчивые способы взаимодействия человека с окружающим миром и самим собой, была использована методика «16-факторный тест Кеттелла» (форма А). Согласно данным, полученным в ходе анализа результатов теста, получены следующие результаты (см. табл. 2).

## Свойства личности спортсмена-победителя по 16-факторному тесту Кеттелла

Фактор	Единоборцы, %		Легкоатлеты, %	
	«+» полюс	«-» полюс	«+» полюс	«-» полюс
A	0	2 (40%)	0	1 (10%)
B	0	0	5 (50%)	0
C	0	0	0	0
E	2 (40%)	0	0	0
F	0	0	0	0
G	3 (60%)	0	3 (30%)	0
H	0	0	2 (20%)	0
I	0	3 (60%)	0	1 (10%)
L	0	0	0	0
M	0	0	0	8 (80%)
N	0	0	0	0
O	0	0	0	0
Q1	0	0	0	0
Q2	0	0	0	0
Q3	0	0	0	0
Q4	0	0	0	0

По данным таблицы 2, согласно профилю личности (положительное значение профиля), можно говорить о преобладании у спортсменов-единоборцев фактора G (высокое супер-Эго) – 60% испытуемых. Такие люди отличаются сильным характером, добросовестностью, настойчивостью, уравновешенностью, ответственностью, упорством, стойкостью, решительностью, собранностью, чувством долга, настойчивостью в достижении цели, точностью, деловой направленностью. У 40 % спортсменов (2 чел.) наблюдается преобладание фактора E (доминантность). Для них характерно доминирование, властность, неуступчивость, самоуверенность, напористость, агрессивность, упрямство, конфликтность, своенравность, неустойчивость, независимость, непреклонность.

У спортсменов-легкоатлетов по положительному профилю личности выявлено преобладание фактора B (высокий интеллект) – 5 чел. (50%), которому присущи такие свойства личности как собранность, сообразительность, абстрактность мышления, проницательность, быстрота реакции. Для 3 чел. (30%) преобладающим является фактора G

(высокое супер-Эго). У 2 чел. (20%) доминирует фактор Н (пармия), которому присущи такие качества, как смелость, предприимчивость, социальная смелость, склонность к риску, общительность, активность, отзывчивость.

По отрицательному профилю личности у спортсменов-единоборцев доминирует фактор I (харрия) – 3 чел. (60%). Таким людям присущи низкая чувствительность, суровость, рассудочность, реалистичность суждений, практичность, некоторая жестокость, мужественность, самоуверенность, ответственность. Для 2 чел. (40%) характерен фактор А (шизотимия), при которой наблюдается скрытость, обособленность, критичность, непреклонность, отстаивание своих идей, объективность.

У спортсменов-легкоатлетов по отрицательному профилю личности доминирует фактор М (праксерния) – 8 чел. (80%). Для таких людей характерна практичность, твердость, честность, добросовестность, руководство объективной реальностью. По 1 чел. (10%) проявляется фактор А (шизотимия) и фактор I (харрия).

Таким образом, среди личностных свойств спортсменов можно с уверенностью назвать такие, как сильный характер, добросовестность, настойчивость, уравновешенность, ответственность, упорство, стойкость, решительность, настойчивость в достижении цели, практичность, твердость, честность. Именно эти качества определяют победителей в разных видах спорта.

Анализируя результаты методики «Автограф», были получены следующие данные: у большинства спортсменов (11 чел. – 73,3%) в автографе содержится начальная буква имени, что свидетельствует о стремлении подчеркнуть свою значимость, о несколько завышенной самооценке. Подпись размашистая, занимающая много места, характеризующая стремление подчеркнуть свой статус, свои возможности и даже расширить их.

У значительной части спортсменов (13 чел. – 86,7%) отмечается наличие в конце подписи подчеркивающих дуг, штрихов, что говорит о желании выделиться, обратить на себя внимание.

Часть респондентов (3 чел. – 20%) отличает неразборчивая, сложная, с обилием волнистых и запутанных линий подпись, что является свидетельством переменчивости, стремления жить для себя, возможно эгоистичности. Бывает, что это проявление завышенной самооценки, подчеркивание своего статуса, «государственности».

Для 2 чел. (13,3%) в автографе характерно наличие резких, энергичных вертикальных линий, что является признаком доминантности.

Таким образом, результаты методики «Автограф» выявили качества победителя, к которым прежде всего относятся стремление доминировать, подчеркнуть свою значимость, желание выделиться, обратить на себя внимание.

## **Выводы**

Проведенное эмпирическое исследование позволило определить основные личностные свойства, присущие спортсменам-победителям: активность, энергичность, коммуникабельность, старательность, добросовестность, сильный характер, настойчивость, ответственность, упорство, стойкость, решительность, настойчивость в достижении цели, стремление доминировать, желание выделиться.

*Работа издается при финансовой поддержке Министерства образования и науки Российской Федерации в рамках реализации проекта 2.1.2. Решение комплексных проблем формирования профессиональной компетентности педагога и психолога в системе непрерывного образования Программы стратегического развития института на 2012–2016 гг.*

## **Список литературы**

1. Варданян Ю.В., Валуев О.С., Дергунова А.В. Студенческая студия развития психологической безопасности – самоорганизующаяся система деятельности субъектов образования // Гуманитарные науки и образование. – 2013. - № 3. – С. 84–88.
2. Жуина Д.В. Планирование развития карьеры студентов педагогического вуза // Гуманитарные науки и образование. – 2011. - №2 (6). – С. 82–85.
3. Зазыкин В.Г. Психология и акмеология лидерства. – М.: Элит, 2010. – 304 с.
4. Майдокина Л.Г. Развитие саморегуляции спортсмена в системе его психологической подготовки // Теория и практика физической культуры. – 2014. - №8. – С. 18–21.
5. Майдокина Л.Г., Кудашкина О.В. Содержание направлений психолого-педагогического сопровождения развития саморегуляции субъекта спортивной деятельности // Гуманитарные науки и образование. – 2013. - №2. – С. 52–56.
6. Zhuina D.V. The acmeological center: the results of its activity of fostering competitive specialists // Life Science Journal. – 2014. - № 11(8). – P. 539-541. – <http://www.lifesciencesite.com> 74.
7. Zhuina D.V. Diagnostics of career orientation peculiar for the personality of pedagogy students // Life Science Journal. – 2014. - № 11(8). – P. 586-589. – <http://www.lifesciencesite.com> 84.

## **Рецензенты:**

Варданян Ю.В., д.п.н., профессор, зав. кафедрой психологии Мордовского государственного педагогического института им. М.Е. Евсевьева, г. Саранск.

Власова В.П., д.м.н., доцент кафедры теории и методики физической культуры и спорта Мордовского государственного педагогического института им. М.Е. Евсевьева, г. Саранск.